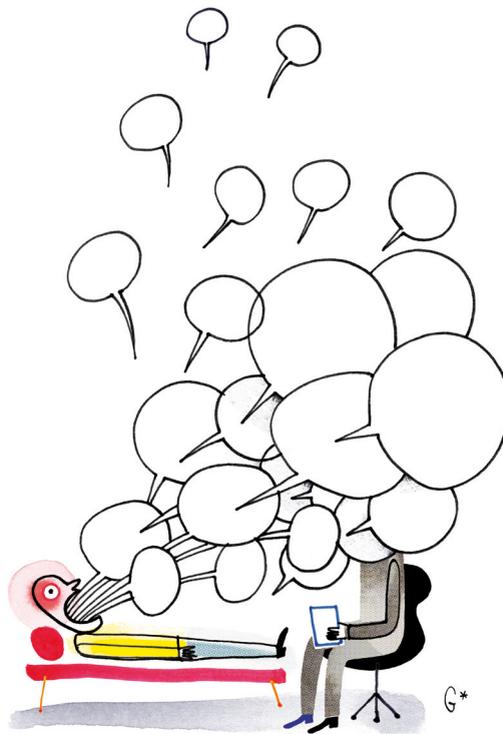


## L'IDÉE REÇUE

# “On doit tout dire à son psy”

**Évidemment, nous n'en sommes pas toujours très fiers.** Il n'empêche : l'exigence de « transparence » est devenue si forte que l'on ne peut finalement qu'y céder. À l'aimé(e), à l'ami, aux parents ou même à nos enfants, désormais, on l'ordonne : « Dis-moi tout ! » Toute la vérité, rien que la vérité. Tout ? Tout ! Tout raconter, dévoiler, déballer... Telle est la règle de notre époque un brin « totalitaire », où « Vide ton sac ! » a remplacé « Cultive ton jardin », comme nous y incitait Candide sous la plume de Voltaire<sup>1</sup>. Au point que l'on s'interroge : si nous nous disons tous à peu près tout sur tout, via nos conversations réelles ou virtuelles, pourquoi donc aurions-nous encore besoin des psys ? Pourquoi payer pour « tout dire » quand la parole « décomplexée » est désormais... partout ? Face à ce paradoxe très contemporain, une seule option : remonter à la source. Dans quel but, il y a tout juste un siècle, Sigmund Freud imposa-t-il cette règle étrange à ses patients : « Dites tout ce qui vous passe par l'esprit sans rien omettre de ce qui, pour une raison quelconque, vous paraît désagréable à dire<sup>2</sup> » ? Et pour quelle raison ajoutait-il : « Vous comprendrez plus tard pourquoi » ? Peut-être parce qu'il revenait à chacun de le saisir : **s'il convient de raconter « tout ce qui vient » à son psychanalyste, tout savoir des détails de notre quotidien n'est pas vraiment ce qu'il désire...**

Que se dit-il donc sur le divan ? « La règle fondamentale de l'« association libre » favorise la remémoration du patient, tout en déjouant le refoulement, commente la psychanalyste



Christiane Lacôte-Destribats. C'est, en effet, à partir de chaque syllabe, de chaque mot, de chaque phrase et de leurs achoppements que l'analyste trouve à œuvrer. À partir des lapsus, des oublis, des lacunes qui viennent interrompre le discours conscient, telles des traces de ce qui n'est pas encore dit... **Plutôt que le « fond » du récit, c'est donc le « trou » dans son énonciation qui est guetté lors de ces séances.** « Car c'est par son seul biais que l'inconscient nous livre ses secrets... de Polichinelle ! » poursuit la spécialiste. Quand celle-ci écoute ses patients, c'est donc pour « lire » ce qu'ils lui disent, sans se borner à « entendre »... Jusqu'à ce que sur-

gisse la « trouvaille », « ce rapprochement imprévisible de mots qui vont inventer un sens nouveau », précise-t-elle. « Je ne veux pas me laisser nourrir ! » s'exclame ainsi, un jour, une jeune anorexique. « Je vous présente mes meilleurs nœuds ! » annonce un quadragénaire en retrouvant son analyste début janvier...

**Sortir de la conversation courante, et du « tout dire », pour « s'entendre dire ».** Et, par là, déchiffrer d'une autre manière les symptômes dont on souffre, trouver d'autres issues à ses pensées et à ses actes... Voilà donc précisément ce qui peut, encore, nous motiver à consulter un psy. Pour ouvrir et « cultiver notre jardin »... sur un humus de poésie.

1. Dans *Candide ou l'Optimisme* de Voltaire (Gallimard, « Folio »).  
2. Dans *La Technique psychanalytique* de Sigmund Freud (PUF).

Christiane Lacôte-Destribats, ex-présidente de l'Association lacanienne internationale, est l'auteure de *Passage par Nadja* (Galilée) et coauteure du *Métier de psychanalyste* (Érès).